

配合 課本頁數	學習指導要點	教學 時間	評量方式
216~219、 222、225	● 愛體育：暖身活動／平抽球／愛體育：定點練習／運動鑑賞(球場禮儀) 一、課前準備 (一)教師：熟悉授課技能示範動作、活動設計操作，以及蒐集、整理欲補充說明的資料。 (二)學生：依照身材高矮條件，自行區分成兩人一組。 二、引起動機 詢問學生：是否觀看過羽球比賽？透過什麼方式觀看？ 三、暖身活動 - 愛體育——暖身活動(一)霓虹燈：將球場分為四個位置，分別擺設不同顏色的角錐，聽到指令後，依顏色順序觸碰角錐，達到暖身成效。 四、主要活動 (一)正／反手平抽球動作解析與練習 1.教師講解與示範正／反手平抽球動作 (1)預備姿勢：身體前傾，持拍手置於胸前，雙腳開立與肩同寬，屈膝呈預備狀，眼睛注視來球。 (2)引拍動作：右腳向右(左)側跨步，膝關節微屈，身體微轉向右(左)側，持拍手握正(反)手拍，手臂向後延伸，保持手肘微彎，球拍高於水平線且拍面朝前。 (3)擊球動作：手臂向前揮動，腕關節瞬間閃動，並結合手指用力抓握，拍面由身體右(左)後至右(左)前方平擊來球。 (4)順勢動作：球拍隨著揮臂動作，自然延伸至左(右)肩方向，眼睛注視球飛出去的方向。接著右腳向後回收一步，使動作回復至預備姿勢，準備迎接下一顆來球。 2.教師說明正／反手平抽球特點與使用時機：平抽球為中場擊球技術，於中場左、右兩側以平快的方式回擊，使球近於網高並快速壓迫至對方後場，是具攻擊、侵略性的球路。 3.學生兩人一組，分別進行正／反手平抽球練習。 (二)愛體育：定點練習(一)正、反手平抽球 1.兩人一組，一人站於場邊，以徒手方式將球拋擲至場內，另一人站於中場進行正、反手抽球練習。 2.完成指定次數後，甲、乙角色互換。 五、綜合活動 - 說明球場禮儀並觀看比賽：教師說明觀賞球賽應注意之禮儀，並運用多元媒體引導學生觀賞羽球比賽，讓學生於課餘時間進行運動鑑賞。 六、建議事項 (一)提醒學生在練習過程中，須確保有足夠空間才進行擊球動作，並能依照動線安排，避免影響他人及產生危險。 (二)預告下一堂課的內容，並請學生做好課前準備。	45'	- 課堂觀察 - 口語問答 - 技能實作